

Данике К. К.,

магистрант

Крутько И. С.,

д-р психол. наук

ПРОЕКТ НА ФОРМИРОВАНИЕ КУЛЬТУРЫ ЗДОРОВЬЯ СТУДЕНЧЕСКОЙ МОЛОДЕЖИ

Быстрое развитие информационно-коммуникационных технологий приводит к актуальному вопросу о месте и роли социальных сетей в современном образовательном процессе. Стоит отметить, что речь идет о мобильном обучении, виртуальном обучении, где происходит смена образовательной парадигмы в целом, о наступлении так называемой эпохи электронной педагогики. Следовательно, по-прежнему активными интернет-пользователями являются представители молодого поколения. Сейчас можно наблюдать, что молодое поколение привлекают не учебные материалы, а сайты, имеющие развлекательную направленность, к которым можно отнести и всевозможные социальные сети.

Ключевые слова: культура здоровья, студенческая молодежь, социальные сети, ценности

Danike K. K.,

master's degree

Krutko I. S.,

doctor of psychological sciences

THE PROJECT ON FORMATION OF CULTURE OF HEALTH OF STUDENT'S YOUTH

The rapid development of information and communication technologies leads to the topical issue of the place and role of social networks in the modern educational process. It is worth noting that we are talking about mobile learning, virtual learning, where there is a change of educational paradigm in general, and the onset of the so-called era of e-pedagogy. Therefore, as before, the most «advanced» and active Internet users are representatives of the younger generation. Now we can see that the younger generation is not attracted to educational materials, and sites that have an entertainment focus, which can rightly be attributed to all sorts of social networks. Today, no one doubts the fact that students spend a significant amount of free time instead of doing homework and preparing for exams in various social networks.

Key words: health culture, student youth, social networks, values

Студенчество — это будущая интеллектуальная и управленческая элита общества. Состояние здоровья студентов как значимой социальной группы — не только показатель существующего социально-экономического и общественного развития страны, но и важный индикатор будущего трудового, экономического, культурного, оборонного потенциала общества. Поэтому представлять сегодня, как формируется здоровье молодых людей, от каких факторов зависит и как на эти факторы воздействовать с целью получения позитивных результатов, — чрезвычайно важная социальная задача.

На рис. 1 изображена модель здоровьесберегающей программы. Данная здоровьесберегающая программа будет осуществлена с участием интернет-блогеров, которые популярны в разных социальных сетях и имеют огромное количество подписчиков, основную часть которых составляют студенты.

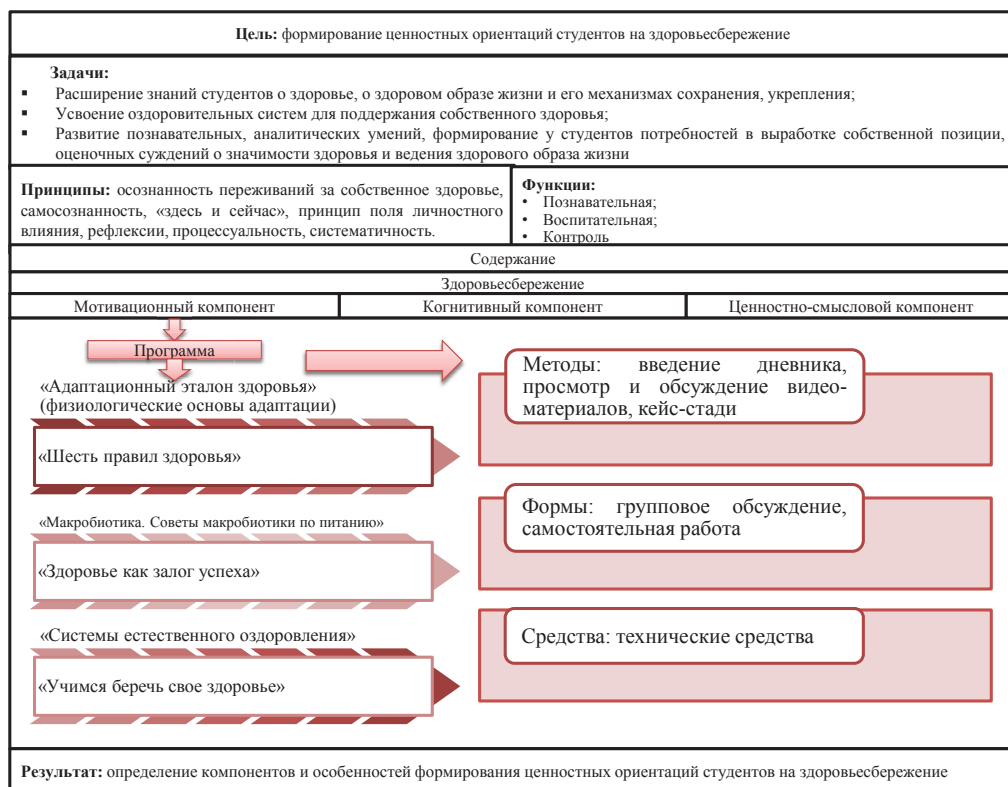


Рис. 1. Модель проекта образовательной здоровьесберегающей программы

Любая образовательная программа имеет пять основных компонентов: целевой, содержательный, инструментальный, программный, результативный.

Целью данной образовательной здоровьесберегающей программы является формирование ценностных ориентаций студенческой молодежи на здоровьесбережение, на здоровье и здоровый образ жизни.

Основные задачи здоровьесберегающей программы:

- расширение знаний студентов о здоровье, здоровом образе жизни и его механизмов сохранений и укрепления;
- усвоение оздоровительных систем для поддержания здоровья;
- развитие познавательных, аналитических умений, формирование у студентов потребностей в выработке собственной позиции, оценочных суждений о значимости здоровья и введения здорового образа жизни.

Основной и ведущей функцией программы является познавательная. В процессе обсуждения конкретных тематик на семинарах и тренингах, выдвигаются положения о здоровом образе жизни с пониманием и интерпретированием всех ключевых моментов в ходе работы с ними, не привлекая ранее внимания студентов.

Воспитательная функция программы вытекает из познавательной, что свойственно всему учебному процессу. Воспитательные возможности, разумеется, не реализуются автоматически. Ими нужно умело воспользоваться при организации самостоятельной работы студентов, в содержательной и гибкой методике проведения семинарских и тренинговых занятий по сохранению и укреплению здоровья.

Наконец, семинару присуща и функция контроля за содержательностью, глубиной и систематичностью самостоятельной работы студентов, группового обсуждения и рефлексии. Так будут проявляться сильные и слабые стороны в овладении студентами оздоровительными системами, что дает возможность им систематически анализировать и проектировать свою жизнь, свое отношение к здоровью и формированию адекватных ценностных ориентаций на здоровьесбережение.

Здоровьесберегающая программа для студентов включает в себя три основных компонента (рис. 2).

Мотивационный компонент здоровьесберегающей программы включает в себя способности формирования активной гражданской позиции «Я здоров — значит, полезен», способности формирования культуры здоровья, поведения и общения; наличие представлений, связанных с философским, научным и правовым отношением к здоровью.

Когнитивный компонент здоровьесберегающей программы предполагает теоретическую готовность к процессу здоровьесбережения и включает в себя знания, необходимые для самообразования в аспекте здоровьесбережения.



Рис. 2. Основные компоненты здоровьесбережения

Ценностно-смысловой компонент здоровьесберегающей программы включают в себя способности формирования ценностей жизни, здоровья и долголетия, семьи, мотивацию к ЗОЖ, знание и применение факторов положительного влияния ЗОЖ на организм.

Данная здоровьесберегающая образовательная программа будет осуществлена в рамках следующих базовых модулей:

- образовательный и научно-методический модуль;
- физкультурно-оздоровительный модуль;
- социально-воспитательный и информационный модуль.

В рамках данных модулей здоровьесберегающая программа в вузе будет осуществлена в полной мере, а студенты будут активно вовлекаться в данную работу.

Инструментальный компонент включает в себя то, какие методы (введение дневника, кейс-стади, просмотр и обсуждение видео-материалов), формы и средства будут использованы в ходе реализации образовательной здоровьесберегающей программы. Самостоятельная работа студентов важна, так как в итоге у них должно сформироваться собственное мнение о здоровом образе жизни; тем самым студент овладеет оздоровительными системами, необходимыми для совершенствования и укрепления своего здоровья.

Программный компонент: тренинги и семинары, которые будут проведены в ходе реализации самой образовательной здоровьесберегающей программы.

Так студенты овладеют и закрепят знания об адаптационном эталоне здоровья, о физиологическом содержании адаптации, об общем адаптационном синдроме и его стадиях, правилах здоровья, о советах макробиотики о питании, об оздоровительных системах и т. д.

Результативный компонент (ожидаемые результаты):

- осознанное и ответственное отношение субъектов образовательного пространства к здоровью, устойчивая ориентация на самосохранительное поведение, здоровый образ жизни;
- улучшение здоровья участников программы, качества их жизни, повышение здоровьесберегающей активности, эффективности обучения и труда;
- совершенствование системы профилактических, оздоровительных и спортивно-массовых мероприятий.

Изучив все компоненты и особенности ценностных ориентаций студентов, выявив поведенческие риски, мешающие поддержанию активного здорового образа жизни, мы с помощью семинарских занятий и тренингов, указанных в программе, сможем повысить уровень здоровьесберегающей компетенции студентов.